

Construcción de un inventario de inteligencia emocional percibida para adultos

Design of an inventory of emotional intelligence perceived for adults

¹Isabel María Mikulic

²Melina Crespi

³Romina Caballero

^{1, 2, 3} Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Argentina

Resumen: Mayer y Salovey (1997) definen la inteligencia emocional como una habilidad para percibir y expresar emociones; para acceder y/o generar sentimientos; para comprender las emociones; y para regularlas. Si bien, desde este enfoque, se han construido distintas pruebas para evaluar inteligencia emocional, las mismas presentan una serie de limitaciones, tanto desde el plano conceptual, como a nivel de su validez y fiabilidad. Se presenta la construcción y validación de un instrumento para evaluar Inteligencia Emocional Percibida en adultos de Buenos Aires, Argentina. Este proceso comprendió: a) definición conceptual y operacional del constructo, b) elaboración y análisis de los ítems, c) aplicación a una muestra de 356 participantes adultos de Buenos Aires, d) estudio de las propiedades psicométricas del inventario. Se obtuvieron evidencias favorables en torno a la validez de contenido, discriminación de los ítems, validez factorial y consistencia interna del inventario, aportando así una herramienta valiosa, tanto para actividades de investigación como de intervención y prevención.

Palabras clave: inteligencia emocional percibida, evaluación psicológica, construcción, propiedades psicométricas, adultos

Abstract: Mayer and Salovey (1997) define emotional intelligence as an ability to perceive and express emotions; to access and/or generate feelings; to understand the emotions; and to regulate emotional phenomena. Although following this approach, different tests were designed to evaluate emotional intelligence, limitations both from the conceptual and methodological level still continue. The design and validation of a new instrument to assess Perceived Emotional Intelligence is presented for evaluating adult population of Buenos Aires, Argentina. This process included: a) conceptual and operational construct definition, b) preparation and analysis of items, c) application to a sample of 356 adult participants residing in Buenos Aires, d) study of psychometric properties. Favorable evidence for the validity of content, item discrimination, factorial validity and internal consistency of inventory were obtained. It constitutes a valuable tool, both for research activities, regarding intervention and prevention.

Key words: perceived emotional intelligence, psychological assessment, design psychometric properties, adults

Recibido: 04/11/2017

Revisado: 10/03/2018

Aceptado: 15/04/2018

Cómo citar este artículo:

Mikulic, I. M., Crespi, M., & Caballero, R. (2018). Construcción de un inventario de inteligencia emocional percibida para adultos. *Ciencias Psicológicas*, 12(1), 121-136. doi: <https://doi.org/10.22235/cp.v12i1.1602>

Correspondencia: Isabel María Mikulic, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires, Cuba 2752 (1428), Buenos Aires. Melina Crespi, Baigorria 3754 (1417), Buenos Aires, e-mail: immikulic@gmail.com. Romina Caballero, Monte 4694 (1407), Buenos Aires. Argentina, e-mail: melinacrespi@yahoo.com.ar, cabelleroromina@gmail.com

Introducción

Desde hace aproximadamente veinte años, los psicólogos comenzaron a preguntarse por qué algunas personas parecen emocionalmente más competentes que otras, por qué se manejan más adecuadamente en sus relaciones interpersonales y pueden afrontar sus problemas con mayor eficacia (Mayer & Salovey, 1997). En torno a estos interrogantes, Mayer y Salovey (1995, 1997) comenzaron a plantear y a conceptualizar el constructo inteligencia emocional (IE), que van a entender como una habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones. Se trataría de un tipo de inteligencia que incluye a la *'habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas y usar la información (afectiva) para guiar el pensamiento y las acciones de uno'* (Salovey & Mayer, 1990, p.189).

Se destaca en esta definición un primer aspecto o componente de la IE, ligado a la capacidad para percibir las emociones de forma precisa, incluyendo las capacidades involucradas en la identificación de las emociones en caras, voces, fotografías, música y otros estímulos (Grewal & Salovey, 2005). Esta capacidad para leer las caras es uno de los atributos que los humanos comparten a través de diversas culturas tal como lo ha demostrado en sus estudios Ekman (1994). Otro aspecto de importancia comprende la capacidad para regular las emociones de modo que faciliten el pensamiento y el razonamiento. Remite a la capacidad de aprovechar la información emocional para facilitar otros procesos cognitivos. Ciertos estados emocionales pueden crear condiciones mentales que sean favorables para el desarrollo de determinadas tareas (Mayer & Salovey, 1995). Se resalta también en la definición de IE reseñada, la capacidad para expresar y comprender las emociones, así como la relación entre éstas y sus transiciones. Por último, la IE involucra la capacidad para regular las propias emociones y las de los demás. La misma constituye quizás el carácter asociado con mayor frecuencia a la definición de IE (Mayer & Salovey, 1995; Mayer & Salovey, 1997).

A partir del desarrollo de este modelo de IE propuesto por Salovey y Mayer (1990, 1997) y del interés cada vez mayor en los fenómenos de

índole emocional, diversos autores postularon modelos teóricos alternativos. Goleman (1998) propuso un modelo mixto de IE, conformado tanto por habilidades emocionales como por rasgos de personalidad. Describió cuatro principales componentes de la IE: autoconciencia, autogestión, conciencia social y gestión de las relaciones.

También desde un enfoque mixto, Bar-On (1997) identificó cinco componentes básicos de la IE: intrapersonal, interpersonal, capacidad de adaptación, control del estrés y estado de ánimo general.

Sin embargo, esta concepción de la IE basada en un modelo mixto, va a ser fuertemente criticada, principalmente en virtud de las asociaciones obtenidas entre IE y otros constructos ligados a la personalidad como optimismo, bienestar psicológico, estabilidad emocional, etc. (Petrides & Furnham, 2000; Brackett & Mayer, 2003).

En contraposición a este enfoque, Petrides y Furnham (2000; 2001) desarrollaron un modelo que entiende la IE como un rasgo de personalidad o autoeficacia emocional. Los autores la definen como un conjunto de percepciones y disposiciones de uno mismo, relacionadas con la emoción que conforman los aspectos afectivos de la personalidad del adulto normal y que se ubican en los niveles inferiores de las jerarquías de la personalidad (Petrides & Furnham, 2000; Petrides, & Furnham, 2001).

Tras una revisión de los principales modelos teóricos que se desarrollaron en torno al constructo de IE, para la construcción del Inventario de Inteligencia Emocional Percibida (IEP), se ha considerado especialmente el modelo propuesto por Salovey y Mayer (1990, 1997). Desde este modelo entendemos la IEP como la percepción que tienen los individuos sobre su capacidad para atender, comprender, expresar y regular las propias emociones y la de los otros. Acorde con esta definición conceptual, se conciben cuatro dimensiones fundamentales y representativas de la IEP, a saber: atención emocional, comprensión emocional, expresión emocional y regulación emocional.

La atención emocional comprende el grado en que los individuos perciben que son capaces de identificar y atender a las emociones y sentimientos propios y ajenos, registrando los aspectos físicos y cognitivos que conllevan. Implica, asimismo, discriminar entre las diferentes emociones y sus transiciones. Por su parte, la com-

percepción emocional alude al grado en que los individuos perciben que son capaces de pensar sobre las emociones y sentimientos propios y ajenos, y de interpretarlos adecuadamente. Implica comprender y razonar sobre las emociones para interpretarlas. En cuanto a la expresión emocional, se define como la percepción de la propia capacidad para demostrar a los demás las emociones y sentimientos a través de palabras, gestos y/o posturas corporales. Implica la percepción de la propia capacidad para expresar adecuadamente los sentimientos y las necesidades asociadas a los mismos. Por último, la regulación emocional daría cuenta del grado en que los individuos se perciben como capaces de atenuar sus emociones y sentimientos negativos y potenciar los positivos, sin reprimir o exagerar la información que transmiten. Implica la percepción de la capacidad para gestionar las emociones propias y de los demás de forma apropiada.

Medición de la Inteligencia Emocional Percibida

La revisión de la literatura actual en el tema permite identificar dos líneas investigativas vinculadas a la operacionalización del constructo IE percibida. Mientras que, por un lado, encontramos medidas de IE basadas en el modelo de habilidad de Salovey y Mayer (1990, 1997), por el otro se han construido pruebas basadas en el estado actual del conocimiento sobre el funcionamiento emocional y social (Fernández-Berrocal, et al., 2004).

Dentro de la primera línea de abordaje, se encuentran el Trait Meta-Mood Scale (TMMS; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai, 1995), el Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24; Extremera Pacheco, Fernández-Berrocal, Mestre Navas & Guil Bozal, 2004), el Schutte Self Report Inventory (SSRI; Schutte, et al, 1998) y el Emotional Skills and Competence Questionnaire (ESCQ; Takšić, 2002). En el marco de la segunda línea investigativa, se han desarrollado como principales instrumentos: el Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-I; Bar-On, 1997b), el Emotional Competence Inventory (ECI; Boyatzis & Burckle, 1999; Boyatzis, Goleman & Rhee, 2000), el Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue; Petrides & Furnham, 2001), el Cuestionario de Inteligencia Emocional (CIE; Mestre, 2003) y el Emotional Intelligence IPIP Scales (EI-IPIP; Barchard, 2001).

Poniendo el foco en las pruebas de IE desarrolladas desde el modelo de Salovey y Mayer (1990, 1997) seleccionado en este estudio, una de las más utilizadas para medir la percepción de cada persona sobre su IE es la Trait Meta-Mood Scale (TMMS; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai, 1995). Este instrumento evalúa, a través de 48 ítems, las diferencias individuales en las destrezas con las que las personas son conscientes de sus propias emociones, así como de sus capacidades para regularlas. Los sujetos responden sobre el grado en el que están de acuerdo con cada uno de los ítems en base a una escala tipo Likert. Se recomienda la versión reducida de la TMMS que consta de 30 ítems, en la que, a pesar de mantenerse los tres factores originales, se eliminaron aquellos enunciados con menor consistencia interna (Salovey et al, 1995).

Por su parte, la TMMS-24 es una versión reducida de la TMMS-48 construida por el Laboratorio de Emociones de Málaga (Extremera Pacheco et al, 2004). Está compuesta por las tres dimensiones de la escala original: Atención, Claridad y Reparación Emocional, aunque los factores han sido depurados en lo que respecta a los reactivos que los componen. La prueba comprende 24 ítems y cada uno de sus componentes presentó muy buenos índices de fiabilidad. Al igual que la versión extensa, las tres dimensiones correlacionan en la dirección esperada con variables criterios tales como depresión, rumiación y satisfacción vital (Extremera Pacheco et al, 2004).

Si bien la TMMS en su versión original y abreviada representa la prueba de IEP más utilizada en las investigaciones nacionales e internacionales realizadas sobre este constructo (Fernández-Berrocal & Extremera Pacheco, 2005) la limitación más importante que posee es que no fue construida para representar el dominio total de la IEP, omitiendo en la operacionalización una de las dimensiones centrales como es la IE interpersonal.

Considerando esta limitación y partiendo del modelo original de IE de Salovey & Mayer (1990), Schutte, et al (1998) construyeron el Schutte Self Report Inventory (SSRI, 1998) que incluye aspectos tanto intrapersonales como interpersonales, a través de 33 ítems con una escala de acuerdo tipo Likert. Sin embargo, a pesar de presentar una adecuada consistencia interna y validez predictiva, este instrumento posee de-

bilidades a nivel de su estructura factorial (Ciarrochi, Chan & Bajgar, 2001; Ciarrochi, Deane & Anderson, 2002). Si bien pretende medir tres factores de IE, se han obtenido evidencias de un solo factor general de IE. Investigaciones recientes (Ciarrochi, Chan & Bajgar, 2001; Ciarrochi, 2002; Petrides & Furham, 2000; Saklofske, Austin & Minski, 2003) sostienen que el factor general del SSRI se puede dividir en 4 subfactores: Percepción emocional, Manejo de emociones propias, Manejo de las emociones de los demás y Utilización de las emociones.

Por último, también desde el modelo de Salovey y Mayer (1990, 1997), Takšić (2002) desarrolló el Emotional Skills and Competence Questionnaire (ESCQ). Se trata de una medida emocional de autoinforme de 45 ítems, compuesto por tres subescalas: Percepción y Comprensión Emocional; Expresión y Etiquetamiento de las Emociones; Manejo y Regulación Emocional. Dicho instrumento también mostró adecuadas propiedades de validez y confiabilidad en su versión original y en distintas adaptaciones (Takšić, Mohorić & Duran, 2009). Sin embargo, en las subescalas que evalúa agrupa ítems de los componentes intra e interpersonales de la IE, así como también de distintas dimensiones del constructo (e.g. Percepción y Comprensión intra e interpersonal conforman una misma subescala).

Si bien, como se mostró previamente existe una amplia gama de instrumentos que permiten evaluar la IEP, éstos presentan distintas limitaciones. Por un lado, nos encontramos con limitaciones respecto a la operacionalización del constructo, dado que como es el caso del TMMS-24, se omite la dimensión interpersonal en la medición de la IEP. Por otro lado, se presentan problemas en torno a las propiedades psicométricas de algunos de ellos, pues los resultados de diversos estudios no brindaron adecuadas garantías de su validez y confiabilidad (Extremera Pacheco et al., 2004).

En función de lo expuesto, es que se plantea la necesidad de construir un instrumento, que partiendo del modelo de Salovey y Mayer (1990, 1997), integre los componentes intra e interpersonales en la evaluación de la IE percibida, superando asimismo las dificultades psicométricas señaladas en las pruebas existentes y considerando su validez ecológica en la evaluación de la IE percibida en nuestro medio.

Objetivos

Se propone presentar la construcción de un inventario para evaluar Inteligencia Emocional Percibida (IIEP) en adultos de Buenos Aires, considerando las etapas que se han contemplado y los resultados preliminares obtenidos al evaluar sus propiedades psicométricas.

Materiales y Método

Diseño

Se realizó un estudio de tipo instrumental, dado que de acuerdo con la clasificación propuesta por Montero y León (2005), en este tipo de diseños de investigación, se incluyen las propuestas de construcción y adaptación de instrumentos psicológicos, así como el análisis de sus propiedades psicométricas.

Participantes

Se seleccionó una muestra intencional y no probabilística de 356 participantes adultos, 138 hombres (39%) y 218 mujeres (61%) con un rango de edad entre 18 y 45 años ($M = 27,6$; $SD = 8,3$) residentes en Ciudad y Provincia de Buenos Aires, Argentina. Respecto al nivel educativo, el 13% tiene primario completo, el 18% secundario, el 5% terciario, el 45% universitario incompleto y el 19% universitario.

Como criterios de inclusión se consideraron: a) ser argentino nativo, b) residir en Ciudad o Provincia de Buenos Aires, c) ser mayor de 18 años.

Procedimiento

Para la construcción del IIEP se han llevado a cabo una serie de etapas que comprendieron:

- Revisión bibliográfica y operacionalización del constructo

Se realizó una revisión exhaustiva de los principales modelos teóricos que se han desarrollado en torno al constructo de IE, adoptando la definición expuesta en la introducción de este trabajo.

- Preparación de los reactivos

Se elaboró una versión preliminar del inventario conformada por 150 reactivos, 66 fueron redactados considerando las dimensiones identificadas teóricamente y los restantes fueron selec-

cionados, de los instrumentos de IEP de mayor reconocimiento y utilización a nivel nacional e internacional, que han sido previamente traducidos y adaptados para su uso en adultos de Buenos Aires: a) el Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) de Extremera Pacheco et al (2004), adaptación Mikulic (2016); b) el Schutte Self Report Inventory (SSRI) de Schutte, et al (1998), adaptación Mikulic (2017); y c) el Emotional Skills and Competence Questionnaire (ESCQ) construido por Takšić (2002) y adaptado para su aplicación en Buenos Aires por Mikulic (2009). Para su selección, se consideraron aquellos que, en los respectivos procesos de adaptación, mostraron un comportamiento adecuado, tanto a nivel de contenido como psicométrico. Asimismo, como se explicará posteriormente, los ítems seleccionados, conjuntamente con los elaborados, fueron sometidos al análisis de 16 jueces expertos para evaluar su relevancia, pertinencia, claridad semántica y corrección gramatical.

Para la redacción de los 66 reactivos nuevos se siguieron las recomendaciones de Matesanz Nogales (1997) en lo que respecta a claridad, sencillez y comprensión de los ítems. Con el fin de evitar la aquiescencia se redactaron ítems directos e inversos, en proporciones similares por dimensión. Por lo que algunos ítems se formularon en negativo. Por ejemplo: 'Me cuesta relajarme cuando estoy nervioso por algo', 'Le presto poca atención a mis emociones'. En la Tabla 1 se resaltan los enunciados de elaboración propia.

Por otra parte, los reactivos fueron ordenados en el protocolo de manera tal que las dimensiones no se presentaran aisladas, sino intercalando los reactivos de cada una. El formato de respuesta abarcó una escala de 1 a 5 puntos, siendo 1 "total desacuerdo", 3 "ni acuerdo, ni desacuerdo", y 5 "total acuerdo".

- Estudio de la validez de contenido por juicio de expertos

Con el fin de aportar evidencias sobre la validez de contenido del inventario se convocó a 16 jueces, especialistas en la temática de estudio y en psicometría. Se explicó a cada uno el propósito de la investigación y se les proporcionó la definición del constructo, así como de cada una de las dimensiones. Posteriormente, se les solicitó que: a) clasificaran cada ítem según las dimensiones evaluadas, b) juzgaran cada ítem considerando su relevancia y calidad formal (claridad semántica, corrección sintáctica y adecuación a la población

meta), y c) realizaran todas las observaciones y sugerencias necesarias a fin de mejorar este conjunto preliminar de reactivos.

Se analizó el porcentaje de acuerdo entre los jueces, descartando aquellos ítems que no pudieron ser clasificados en dimensión alguna o que se agruparon en una dimensión diferente a la que teóricamente deberían corresponder. Se consideró como criterio que al menos el 80% de los jueces acordaran que el contenido del ítem tenía relevancia y representara, efectivamente, a la dimensión para la que fue redactado.

En función del análisis de los jueces, fueron descartados 7 ítems al ser agrupados en más de una dimensión, y 8 por no presentar concordancia con la evaluación del constructo o no evaluar la dimensión teórica para la que fueron redactados o seleccionados.

Por ejemplo, los ítems: "Me doy cuenta de las emociones que genero en los otros", y "Me doy cuenta de lo que los otros sienten por mí", fueron asignados por la mayor parte de los jueces tanto en la dimensión Atención Emocional (Intrapersonal) como en la de Atención Emocional (Interpersonal). Mientras que el ítem "Tiendo a confundir mis sentimientos en diferentes situaciones", presentó muy baja relevancia para evaluar la dimensión teórica correspondiente (Atención Emocional).

Luego de esta etapa de depuración primaria, el inventario quedó conformado por 135 ítems.

- Prueba piloto y análisis de las propiedades psicométricas

Se aplicó el instrumento a la muestra intencional y no probabilística de 356 participantes adultos de Ciudad y Provincia de Buenos Aires, Argentina, descripta anteriormente.

Se llevó a cabo el análisis psicométrico del inventario para lo cual:

(a) Se realizó un análisis descriptivo de los ítems examinando media, desviación estándar, asimetría y curtosis de cada uno de ellos. Como criterio para evaluar los índices de asimetría y curtosis se consideró como excelentes valores entre $\pm 1,00$, y adecuados valores inferiores a $\pm 1,5$ (George & Mallery, 2011).

(b) Se estudió asimismo la discriminación del ítem a partir del análisis de correlación de cada reactivo con el puntaje total. Se consideró que los ítems con correlaciones no significativas o bajas con el puntaje total (inferiores a .30) debían eliminarse o revisarse (Muñiz, 2005).

(c) Se realizó un análisis factorial exploratorio (AFE) para establecer la estructura interna del inventario. Previamente se analizó la multicolinealidad entre los ítems a fin de detectar correlaciones elevadas entre los mismos, para lo cual se examinó la matriz de correlación atendiendo a la presencia de valores iguales o por encima de .90 (Kline, 2011). Asimismo, previo al AFE, se aplicaron las pruebas KMO de adecuación muestral y el Test de esfericidad de Bartlett. Con relación a este último, se decidió que si el índice era mayor a .70 se justificaba el análisis factorial. Para la consideración de un ítem como representativo de un factor se tomó como criterio una carga igual o superior a .30 como punto de corte (Tabachnick & Fidell, 1989).

(d) Se verificó la consistencia interna de los factores obtenidos mediante el cálculo del coeficiente α de Cronbach. Se consideraron valores de consistencia interna altos aquéllos mayores o iguales a .80, adecuados mayores o iguales a .70 y bajos menores de .70 (George & Mallery, 2011).

Resultados

Análisis descriptivos de los ítems

Se obtuvieron las estadísticas descriptivas de todos los ítems. Para comprobar los supuestos de normalidad de la muestra se realizaron análisis de asimetría y curtosis para cada reactivo. La totalidad de los ítems presentaron valores de asimetría y curtosis inferiores a $\pm 1,00$.

Con respecto al análisis de la multicolinealidad entre los ítems, se registraron correlaciones inter-ítem menores de $r=.90$ en todos los casos. Como señalan diversos autores, aunque la técnica de Análisis Factorial Exploratorio exige intercorrelación entre los elementos, si estas son superiores o iguales a .90 es probable que el análisis se debilite y se obtenga una solución factorial poco estable (Kline, 2011; Martínez Arias, 1999; Tabachnick & Fidell, 1989).

Estudio de la validez de constructo del Inventario de Inteligencia Emocional Percibida

Se realizó un análisis factorial exploratorio con los 135 ítems a través del método de extracción de factorización de ejes principales, con el fin de analizar la correspondencia entre los ítems

y el conjunto de factores que los mismos pretenden medir (Ferrando & Anguiano-Carrasco, 2010). La medida de adecuación muestral de Káiser-Mayer-Olkin (.81) y la prueba de esfericidad de Bartlett 24461,60 ($p \leq .000$) indicaron la factibilidad de realizar el análisis factorial.

Sobre la base de estos resultados, se procedió a analizar distintas soluciones factoriales, a los fines de identificar la estructura más parsimoniosa y teóricamente relevante. Se utilizó rotación Varimax, debido a que la matriz de correlación de los factores presentó coeficientes moderados (inferiores a .32). Se decidió eliminar aquellos ítems que presentaran pesos factoriales inadecuados, cargas compartidas con otro factor y aquellos ítems que no cargaran en ningún factor. También se consideró que cada factor debía poseer, al menos, cuatro ítems con correlaciones iguales o superiores a .30 (Tabachnick & Fidell, 1989). En función de tales criterios, se descartaron 34 ítems. Por lo tanto, se volvió a realizar un análisis factorial con los 101 ítems que se conservaron, manteniendo los mismos criterios mencionados para la eliminación de ítems de la estructura factorial. La medida de adecuación muestral de Káiser-Mayer-Olkin (.83) y la prueba de esfericidad de Bartlett con valor de 18334,40 ($p \leq .000$) indicaron la factibilidad de realizar el análisis factorial.

Para la extracción de los factores se tomó en cuenta el gráfico de sedimentación (Scree Test) y el análisis paralelo de Horn, utilizando para este último el programa FACTOR v. 8.02 (Lorenzo-Seva & Ferrando, 2011). Se estableció la extracción de seis factores, resultando ser la solución factorial más simple y conceptualmente relevante. Los mismos explicaron un 44,54% de la varianza.

El primer factor sugiere la percepción sobre la propia capacidad para identificar y atender a las emociones y sentimientos ajenos, registrando los aspectos físicos y cognitivos que conllevan (e.g., "*Me doy cuenta cuando una persona cambia de estado de ánimo*") y es compatible con lo que teóricamente se definió como Atención Emocional (interpersonal).

El segundo factor corresponde al grado en que los individuos perciben que son capaces de pensar sobre las emociones y sentimientos propios y de interpretarlos adecuadamente, dimensión que se denominó siguiendo el modelo de Salovey y Mayer (1990), Comprensión

Emocional (e.g., "*Cuanto estoy triste puedo entender el motivo*").

El tercer factor, es comparable a lo que Salovey y Mayer (1990) denominaron Regulación Emocional, comprendiendo la percepción que las personas tienen sobre su capacidad para gestionar sus emociones (e.g., "*Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal*").

El cuarto factor comprende aquellos reactivos asociados a la dimensión Atención Emocional (e.g., "*Le presto poca atención a mis emociones*").

El quinto factor sugiere el grado en que las personas perciben que son capaces de pensar e interpretar adecuadamente las emociones y sentimientos de los otros, así como también de regular las emociones de los demás, aspecto que corresponde a la Comprensión y Regulación Emocional (interpersonal) (e.g., "*Me resulta difícil entender por qué las personas se sienten como se sienten*").

Finalmente, el último factor comprende la percepción de la propia capacidad para demostrar a los demás emociones y sentimientos (Expresión Emocional) (e.g., "*Puedo decirle a otro/a cómo me siento*").

La Tabla 1 expone los valores obtenidos en el análisis factorial efectuado (ver Anexo 1).

Consistencia Interna

Para el estudio de consistencia interna se calcularon los coeficientes α de Cronbach de cada una de las escalas, encontrándose valores entre .81 y .92, considerados adecuados por la literatura (George & Mallery, 2011).

Las correlaciones ítem-total corregidas obtenidas en cada caso, fueron superiores o iguales a .30, aspecto que refleja la capacidad de discriminación de los reactivos y su aporte a las respectivas dimensiones.

La Tabla 2 expone los coeficientes α obtenidos en cada dimensión y los valores de correlación ítem-total corregida (ver Anexo 2).

Discusión

Desde las conceptualizaciones y estudios desarrollados en las últimas décadas en torno a la inteligencia emocional, se ha tendido a resaltar la importancia que la percepción, comprensión y regulación emocional tienen en el afrontamiento

del estrés, el bienestar psicológico y el manejo de las relaciones interpersonales.

Uno de los enfoques que mejor ha conceptualizado y guiado el estudio científico de la inteligencia emocional es el propuesto por Mayer y Salovey (Mayer y Salovey, 1997; Mayer, Caruso y Salovey, 1999). Desde esta perspectiva se han desarrollado diversos instrumentos de medición de la IEP, aunque los mismos han tendido a abordar sólo algunas de las dimensiones de lo que conceptualmente comprende este constructo (Extremera Pacheco et al, 2004).

Contemplando esta limitación, se ha propuesto en este estudio brindar un aporte a partir de la construcción del IIEP, el cual ha demostrado ser un instrumento válido y confiable para evaluar la Inteligencia Emocional Percibida en adultos de Ciudad y Provincia de Buenos Aires.

En función de los análisis estadísticos preliminares realizados se descartaron aquellos reactivos que presentaban baja discriminación, bajas cargas factoriales y/o complejidad factorial. En el análisis factorial exploratorio realizado con la versión de 101 ítems obtenida luego de la depuración señalada, se obtuvieron seis factores que explicaron el 44,54 % de la varianza. El análisis de los factores obtenidos permite establecer un alto nivel de correspondencia con respecto al modelo teórico de IE percibida adoptado. Las dimensiones postuladas teóricamente: atención, comprensión y regulación emocional intra e interpersonal, así como expresión emocional, se identificaron a partir del análisis factorial realizado. Si bien los ítems correspondientes a comprensión y a regulación emocional (interpersonal) se agruparon en un único factor, fueron conservados ateniendo a las consideraciones teóricas que se han desarrollado sobre estas dimensiones. En efecto, como señalan Rimé (2012) y Bisquerra Alzina (2013), para poder regular las emociones de los otros, es preciso en primera instancia ser capaz de comprender las causas y consecuencias de las mismas. Se enfatiza así, la importancia del 'contagio emocional' como parte en los procesos de regulación interpersonal (Rimé, 2012).

Respecto a los estudios de confiabilidad del IIEP, la consistencia interna de cada una de las dimensiones que integran el instrumento fue alta, con valores α superiores a .80 en todos los casos. Del análisis de ítems se desprende que cada uno de ellos superó los requisitos establecidos respecto a índices de discriminación y consistencia interna.

Estos resultados deben considerarse preliminares y se requieren investigaciones futuras con un enfoque confirmatorio multigrupo, en una muestra más amplia y representativa, con el objetivo de verificar si esta estructura factorial y consistencia interna de las escalas, se replican adecuadamente en los participantes diferenciados por género, lugar de residencia y nivel de instrucción, entre otras variables de relevancia.

En un próximo paso será también necesario realizar estudios de estabilidad y de validez de criterio de las escalas, así como probar el instrumento en distintos contextos de aplicación (laboral, jurídico, clínico, entre otros).

En síntesis, de los diversos tipos de indicadores y métodos que pueden implementarse para analizar las propiedades psicométricas del inventario, se han obtenido en este estudio evidencias favorables acerca de su consistencia interna, la discriminación de los ítems y su validez factorial, mostrando así su utilidad para el uso propuesto.

Como se explicitó, consideramos que el aporte de nuevos instrumentos en esta área resulta relevante dada la importancia que el concepto de IE ha adquirido en los últimos años. Al mismo tiempo, si bien existen distintos instrumentos evaluativos en este campo, los mismos muestran diversas problemáticas, ya sea en la operacionalización que realizan del modelo teórico del que parten (como es el caso del TMMS-24 que excluye la dimensión interpersonal en la medición de la IE), o bien porque los análisis de sus propiedades psicométricas han arrojado resultados pocos satisfactorios (Extremera Pacheco et al 2004).

Por este motivo el IIEP puede constituirse en un aporte valioso para el estudio de la IE percibida, comprendida a partir del modelo de Salovey y Mayer.

Poder contar con herramientas válidas y confiables para la evaluación de la IEP resulta de importancia en múltiple sentidos: para incrementar y profundizar la investigación en torno a la IE; por su utilidad en las evaluaciones psicológicas que se realizan en distintos contextos (clínico, laboral, jurídico, entre otros) en los que la medición de la IEP puede resultar relevante; y para la evaluación de la eficacia de las intervenciones desarrolladas con miras a la promoción o fortalecimiento de las habilidades comprendidas en la IE.

Referencias

- Barchard, K. A. (2001). *Seven components potentially related to emotional intelligence*. Recuperado de <http://ipip.ori.org>.
- Bar-On, R. (1997a). *Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-I): Technical Manual*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (1997b). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems, Inc.
- Bisquerra Alzina, R. (2013). *Cuestiones sobre bienestar*. Madrid: Síntesis.
- Boyatzis, R.E., & Burckle, M. (1999). *Psychometric properties of the ECI: Technical Note*. Boston: The Hay/McBer Group Summit, Washington, DC.
- Boyatzis, R.E., Goleman, D., & Rhee, K. (2000). Clustering competence in emotional intelligence: Insights from the Emotional Competence Inventory (ECI). En Bar-On, R. & J.D. Parker (Ed's.), *Handbook of Emotional Intelligence* (pp. 343-362). San Francisco: Jossey-Bass.
- Brackett, M. A., & Mayer, J. D. (2003). Convergent, discriminant, and incremental validity of competing measures of emotional intelligence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 1147-1158. doi: 10.1177/0146167203254596
- Ciarrochi, J., Deane, F., & Anderson, S. (2002). Emotional intelligence moderates the relationship between stress and mental health. *Personality and Individual Differences*, 32, 197-209. doi: [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00012-5](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00012-5)
- Ciarrochi, J.V., Chan, A., & Bajgar, J. (2001). Measuring emotional intelligence in adolescents. *Personality and individual differences*, 31, 1105-1119. doi: [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00207-5](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00207-5)
- Ekman, P. (1994). Strong evidence for universals in facial expressions: A reply to Russell's mistaken critique. *Psychological Bulletin*, 115, 268-287. doi: 10.1037/0033-2909.115.2.268
- Extremera Pacheco, N., & Fernández-Berrocal, P. (2005). Inteligencia emocional percibida y diferencias individuales en el meta-conocimiento de los estados emocionales: una revisión de los estudios con el TMMS. *Ansiedad y estrés*, 11 (2-3), 101-122. Recuperado de [http://emotional.intelligence.uma.es/pdfs/Trait%20Meta%20Mood%20Review%20\(2005\).pdf](http://emotional.intelligence.uma.es/pdfs/Trait%20Meta%20Mood%20Review%20(2005).pdf)
- Extremera Pacheco, N., Fernández-Berrocal, P., Mestre Navas, J.M., & Guil Bozal, R. (2004). Medidas de evaluación de la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36(2), 209-228. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80536203&idp=1&cid=32824>
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-mood Scale. *Psychological Reports*, 94, 751-755.
- Ferrando, P.J., & Anguiano-Carrasco, C. (2010). El análisis factorial como técnica de investigación en Psicología. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 18-33. Recuperado de <http://www.papelesdel psicologo.es/pdf/1793.pdf>
- George, D., & Mallery, M. (2011). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference 18.0 Update* (11 ed.). Boston, MA: Allyn & Bacon
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Editorial Kairós

- Grewal, D., & Salovey, P. (2005). Feeling Smart: The Science of Emotional Intelligence: A new idea in psychology has matured and shows promise of explaining how attending to emotions can help us in everyday life. *American Scientist*, 93, 330-339. doi: 10.1511/2005.4.330
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. (3rd edition). New York: Guilford.
- Lorenzo-Seva, U. & Ferrando, P. (2011). *Manual of the program FACTOR v. 8.02*. Recuperado de <http://psico.fcep.urv.es/utilitats/factor/Manual-of-the-FactorProgram.pdf>.
- Martínez Arias, R. (1999). *El análisis multivariante en la investigación científica*. Madrid, La Muralla
- Matesanz Nogales, A. (1997). *Evaluación estructurada de la personalidad*. Madrid: Pirámide.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27(4), 267-298. doi:10.1016/S0160-2896(99)00016-1
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17, 433-442. doi: 10.1016/0160-2896(93)90010-3
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology*, 4, 197-208. doi: 10.1016/S0962-1849(05)80058-7
- Mayer, J.D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (pp. 3-34). New York: Basic Books.
- Mestre, J. M. (2003). *Validación empírica de una prueba para medir la inteligencia emocional en una muestra de estudiantes de la bahía de Cádiz* (Tesis doctoral inédita). Universidad de Cádiz, España.
- Mikulic, I.M. (2009). *Cross-cultural adaptation and validation of Emotional Skills and Competence Questionnaire (ESCQ) and Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue) for Research Purposes in Buenos Aires, Argentina*. Trabajo presentado en III International Congress of Emotional Intelligence, Croacia.
- Mikulic, I.M. (2016). *Adaptación y Validación del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) para población adulta de Buenos Aires*. Manuscrito no publicado, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.
- Mikulic, I.M. (2017). *Estudio psicométrico del Schutte Self Report Inventory (SSRI)*. Manuscrito no publicado, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.
- Montero, I. & León, O. G. (2005). Sistema de clasificación del método en los informes de investigación en psicología. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 5, 115-127.
- Muñiz, J. (2005). Utilización de los tests. En J. Muñiz, A.M. Fidalgo, E. García-Cueto, R. Martínez y R. Moreno (Eds.). *Análisis de los ítems*, (pp. 133-172). Madrid: La Muralla.
- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2000). On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 29, 313-320. doi: 10.1016/S0191-8869(99)00195-6
- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448. doi: 10.1002/per.416
- Rimé, B. (2012). *El compartimiento social de las emociones*. Bilbao: Desclée de Brouwer
- Saklofske, D.H., Austin, E.J., & Minski, P.S. (2003). Factor structure and validity of a trait emotional intelligence measure. *Personality and Individual Differences*, 34, 707-721. doi: 10.1016/S0191-8869(02)00056-9
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185-211. doi: 10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG
- Salovey, P., Mayer, J., Goldman, S., Turvey, C., & Palfai, T. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, Disclosure, and Health* (pp. 125-154). Washington, DC: American Psychological Association.
- Schutte, N.S., Malouff, J.M., Hall, L.E., Haggerty, D.J., Cooper, J.T., Golden, C.J., et al. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177. doi: 10.1016/S0191-8869(98)00001-4
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. (1989). *Using multivariate statistics* (2nd ed). New York, Harper Collins.
- Takšić, V. (2002). *The importance of emotional intelligence (competence) in positive psychology*. Trabajo presentado en 1st International Positive Psychology Summit, Washington, D.C
- Takšić, V., Mohorić, T. & Duran, M. (2009). Emotional skills and competence questionnaire (ESCQ) as a self-report measure of emotional intelligence. *Horizons of Psychology*, 18 (3), 7-21. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/607a/c84cc3cf04f813cf2ceaa5656d194ca23ae5.pdf>

Anexos 1

Tabla 1
Estructura Factorial del Inventario de Inteligencia Emocional Percibida

	Atención Emocional (Interpersonal)	Comprensión Emocional	Regulación Emocional	Atención Emocional	Comprensión y Regulación (Interpersonal)	Expresión Emocional
*Me doy cuenta de cómo se siente una persona con sólo mirarla.	.817					
*Se lo que sienten las personas con solo mirarlas	.792					
*Puedo reconocer lo que siente una persona con solo mirar la expresión de su cara.	.770					
*Puedo darme cuenta del estado de ánimo de las personas con sólo observarlas.	.746					
*Me doy cuenta cuando una persona cambia de estado de ánimo	.709					
*Me doy cuenta cuando alguien está triste	.677					
*Cuando veo cómo se siente alguien entiendo que le pasa	.628					
Me doy cuenta cuando alguien está deprimido/a	.628					
Soy capaz de distinguir los cambios de humor en un amigo.	.618					
Me doy cuenta cuando alguien intenta disimular su mal humor	.616					
*Me doy cuenta cuando otro finge una emoción	.607					
Me doy cuenta cuando alguien intenta esconder sus sentimientos	.606					
Con frecuencia entiendo cómo se sienten los demás	.589					
Puedo darme cuenta del estado de ánimo de las personas por su tono de voz.	.573					
Cuando veo a un conocido percibo su estado de ánimo	.573					
Me doy cuenta cuando alguien se siente culpable	.563					
Soy consciente de los mensajes no verbales de las otras personas	.558					
Cuando alguien se siente triste, logro mostrarle el lado bueno de las cosas	.485					
*Presto mucha atención a las emociones de los demás	.474					
*Me doy cuenta cuando alguien actúa distinto porque cambio su estado de ánimo	.453					
*Soy de estar atento a las emociones de los demás	.449					
Normalmente comprendo por qué me siento mal		.694				
Cuanto estoy triste puedo entender el motivo		.687				
*Muchas veces sé cómo me siento		.642				
*Puedo entender las causas de mis emociones		.639				

Tabla 1
(Continuación)

	Atención Emocional (Interpersonal)	Comprensión Emocional	Regulación Emocional	Atención Emocional	Comprensión y Regulación (Interpersonal)	Expresión Emocional
*Puedo llegar a comprender mis sentimientos		.607				
Puedo reconocer la mayoría de mis sentimientos		.592				
*Puedo darme cuenta por qué cambia mi estado de ánimo		.591				
Tengo claros mis sentimientos		.588				
Puedo comprender qué siento en diferentes situaciones		.574				
Soy consciente de mis emociones cuando las siento		.568				
*Interpreto con facilidad las emociones que siento		.559				
*Reconozco los motivos por los cuales mis estados de ánimo cambian		.546				
*Sé por qué cambian mis emociones		.540				
*Sé mucho sobre cómo me siento		.526				
*Cuando estoy triste intento encontrar las causas		.499				
*Cuando estoy alegre puedo reconocer el por qué		.431				
*Me doy cuenta cuando mis sentimientos afectan a mis pensamientos		.405				
*Cuando estoy alegre comprendo por qué		.404				
*Me resulta difícil entender por qué me siento enojado/a		-.366				
*Me cuesta entender el por qué de lo que siento		-.307				
Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables			.701			
*Puedo mantener mi estado de ánimo positivo			.675			
Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal			.668			
Cuando estoy enojado/a, trato de cambiar mi humor			.641			
*Cuando estoy enojado, trato de calmarme			.633			
*Soy capaz de mantener un buen estado de ánimo			.624			
*Soy capaz de mantener mi buen humor incluso cuando me ocurren cosas malas			.618			
*Trato de calmarme cuando siento que estoy perdiendo la paciencia			.596			
*Aunque a veces me siento triste soy optimista			.589			

Tabla 1
(Continuación)

	Atención Emocional (Interpersonal)	Comprensión Emocional	Regulación Emocional	Atención Emocional	Comprensión y Regulación (Interpersonal)	Expresión Emocional
Cuando estoy triste me cuesta hacer cosas para sentirme mejor			-.571			
*No logro cambiar mi estado de ánimo con facilidad			-.550			
*Me resulta difícil cambiar mi humor cuando algo me enoja			-.549			
Si doy muchas vueltas a las cosas y se me complican, trato de calmarme			.547			
*Cuando estoy nervioso/a hago algo que me gusta para tranquilizarme			.545			
Soy capaz de manejar mis nervios			.543			
*Creo que puedo controlar mis emociones			.532			
Cuando estoy de buen humor, es difícil que mi estado de ánimo decaiga			.526			
*Siempre me resulta fácil hacer algo para sentirme mejor			.509			
*Cuando estoy enojado, intento tomarme unos minutos para pensar antes de actuar			.501			
*Me preocupo por estar de buen ánimo			.427			
*Intento controlar las emociones desagradables			.351			
*Me cuesta relajarme cuando estoy nervioso por algo			-.357			
Dedico tiempo a pensar en mis emociones				.829		
*Con frecuencia pienso en mis emociones, tanto positivas como negativas				.764		
Presto mucha atención a cómo me siento				.725		
A menudo pienso en mis sentimientos				.724		
Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones				.709		
*Estoy atento/a a las emociones que siento				.636		
Pienso en mi estado de ánimo constantemente				.622		
Normalmente me preocupo mucho por lo que siento				.618		
Presto atención a mis sentimientos				.529		
A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones				.309		
*Ignoro mis estados de ánimos				-.345		
*Le presto poca atención a mis emociones				-.422		
*Me cuesta pensar en mis sentimientos				-.389		

Tabla 1
(Continuación)

	Atención Emocional (Interpersonal)	Comprensión Emocional	Regulación Emocional	Atención Emocional	Comprensión y Regulación (Interpersonal)	Expresión Emocional
*A veces pienso en las emociones de los demás					.629	
*Me resulta difícil entender por qué las personas se sienten como se sienten					.602	
*Me resulta difícil comprender los gestos de los otros					.588	
*Soy incapaz de conectarme con las emociones de los demás					.569	
*Me resulta difícil lograr que una persona se sienta mejor si está angustiada					.526	
*Me cuesta tranquilizar a un amigo que está nervioso/a					.517	
*Me cuesta darme cuenta cuando alguien está nervioso/a					.516	
*Soy incapaz de prestar atención a las emociones de los demás					.476	
*Mis palabras ayudan a otras personas a calmarse cuando están nerviosas					.452	
Me cuesta darme cuenta cuando alguien está nervioso/a					.446	
*Me resulta difícil darme cuenta cuando alguien está enojado/a					.382	
*Me cuesta tratar de calmar a alguien cuando está enojado					.337	
Soy capaz de convencer a un amigo de que no hay razón para que se preocupe					.333	
*Soy capaz de expresar mis emociones adecuadamente						.652
*Puedo decirle a otro/a cómo me siento						.624
Es fácil para mí transformar mis sentimientos y emociones en palabras						.594
Soy capaz de expresar cómo me siento						.566
*Suelo guardarme mis sentimientos						-.518
*A veces puedo transmitir a otros cuáles son mis emociones						.495
A veces puedo expresar a otros cuáles son mis sentimientos						.487
Siempre puedo decir cómo me siento						.484
*Me resulta difícil poner en palabras lo que siento						-.443
Cuando algo no me agrada lo de nuestro fácilmente						.341
Soy capaz de describir mis estados emocionales						.332
*Me resulta difícil ocultar como me siento						-.304

Nota: *constituyen los ítems de elaboración propia

Anexo 2

Tabla 2

Coefficientes α y Correlaciones ítem-total corregidas de las escalas del Inventario de Inteligencia Emocional Percibida

	α de Cronbach	Correlación elemento-total corregida	α de Cronbach si se elimina el elemento
Atención Emocional (Interpersonal)	.926		
Me doy cuenta de cómo se siente una persona con sólo mirarla		.726	.920
Se lo que sienten las personas con solo mirarlas		.685	.921
Puedo reconocer lo que siente una persona con solo mirar la expresión de su cara		.689	.921
Puedo darme cuenta del estado de ánimo de las personas son sólo observarlas		.710	.921
Me doy cuenta cuando una persona cambia de estado de ánimo		.670	.922
Me doy cuenta cuando alguien está triste		.651	.922
Cuando veo cómo se siente alguien entiendo que le pasa		.651	.922
Me doy cuenta cuando alguien está deprimido/a		.586	.923
Soy capaz de distinguir los cambios de humor en un amigo.		.607	.923
Me doy cuenta cuando alguien intenta disimular su mal humor		.626	.922
Me doy cuenta cuando otro finge una emoción		.565	.923
Me doy cuenta cuando alguien intenta esconder sus sentimientos		.567	.924
Con frecuencia entiendo cómo se sienten los demás		.601	.923
Puedo darme cuenta del estado de ánimo de las personas por su tono de voz		.532	.924
Cuando veo a un conocido percibo su estado de ánimo		.567	.923
Me doy cuenta cuando alguien se siente culpable		.544	.924
Soy consciente de los mensajes no verbales de las otras personas		.531	.924
Cuando alguien se siente triste, logro mostrarle el lado bueno de las cosas		.468	.925
Presto mucha atención a las emociones de los demás		.495	.925
Me doy cuenta cuando alguien actúa distinto porque cambio su estado de ánimo		.472	.925
Soy de estar atento a las emociones de los demás		.491	.925
Comprensión Emocional (Intrapersonal)	.908		
Normalmente comprendo por qué me siento mal		.572	.903
Cuanto estoy triste puedo entender el motivo		.463	.906
Muchas veces sé cómo me siento		.505	.905
Puedo entender las causas de mis emociones		.619	.902
Puedo llegar a comprender mis sentimientos		.556	.904
Puedo reconocer la mayoría de mis sentimientos		.521	.905
Puedo darme cuenta por qué cambia mi estado de ánimo		.658	.901
Tengo claros mis sentimientos		.613	.902
Puedo comprender qué siento en diferentes situaciones		.483	.905
Soy consciente de mis emociones cuando las siento		.678	.901
Interpreto con facilidad las emociones que siento		.525	.904
Reconozco los motivos por los cuales mis estados de ánimo cambian		.524	.905
Sé por qué cambian mis emociones		.682	.901
Sé mucho sobre cómo me siento		.630	.902
Cuando estoy triste intento encontrar las causas		.489	.905
Cuando estoy alegre puedo reconocer el por qué		.622	.902
Me doy cuenta cuando mis sentimientos afectan a mis pensamientos		.518	.905
Cuando estoy alegre comprendo por qué		.485	.905
Me resulta difícil entender por qué me siento enojado/a		.488	.905
Me cuesta entender el porqué de lo que siento		.369	.909

Tabla 2
(Continuación)

	α de Cronbach	Correlación elemento-total corregida	α de Cronbach si se elimina el elemento
Regulación Emocional (Intrapersonal)	.851		
Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables		.606	.838
Puedo mantener mi estado de ánimo positivo		.599	.839
Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal		.656	.836
Cuando estoy enojado/a, trato de cambiar mi humor		.608	.838
Cuando estoy enojado, trato de calmarme		.614	.837
Soy capaz de mantener un buen estado de ánimo		.575	.840
Soy capaz de mantener mi buen humor incluso cuando me ocurren cosas malas		.505	.841
Trato de calmarme cuando siento que estoy perdiendo la paciencia		.631	.837
Aunque a veces me siento triste soy optimista		.532	.841
Cuando estoy triste me cuesta hacer cosas para sentirme mejor		.435	.844
No logro cambiar mi estado de ánimo con facilidad		.539	.840
Me resulta difícil cambiar mi humor cuando algo me enoja		.418	.845
Si doy muchas vueltas a las cosas y se me complican, trato de calmarme		.537	.841
Cuando estoy nervioso/a hago algo que me gusta para tranquilizarme		.525	.841
Soy capaz de manejar mis nervios		.507	.842
Creo que puedo controlar mis emociones		.433	.844
Cuando estoy de buen humor, es difícil que mi estado de ánimo decaiga		.433	.844
Siempre me resulta fácil hacer algo para sentirme mejor		.452	.843
Cuando estoy enojado, intento tomarme unos minutos para pensar antes de actuar		.442	.844
Me preocupo por estar de buen ánimo		.363	.847
Intento controlar las emociones desagradables		.373	.846
Me cuesta relajarme cuando estoy nervioso por algo		.343	.841
Atención Emocional (Intrapersonal)	.879		
Dedico tiempo a pensar en mis emociones		.740	.858
Con frecuencia pienso en mis emociones, tanto positivas como negativas		.703	.861
Presto mucha atención a cómo me siento		.710	.862
A menudo pienso en mis sentimientos		.647	.865
Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones		.628	.867
Estoy atento/a a las emociones que siento		.626	.867
Pienso en mi estado de ánimo constantemente		.568	.870
Normalmente me preocupo mucho por lo que siento		.443	.877
Presto atención a mis sentimientos		.565	.870
A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones		.376	.880
Ignoro mis estados de ánimos		.451	.877
Le presto poca atención a mis emociones		.433	.878
Me cuesta pensar en mis sentimientos		.740	.858
Comprensión y Regulación Emocional (Interpersonal)	.812		
A veces pienso en las emociones de los demás		.411	.808
Me resulta difícil entender por qué las personas se sienten como se sienten		.532	.797
Me resulta difícil comprender los gestos de los otros		.528	.797
Soy incapaz de conectarme con las emociones de los demás		.502	.799
Me resulta difícil lograr que una persona se sienta mejor si está angustiada		.549	.794

Tabla 2
(Continuación)

	α de Cronbach	Correlación elemento-total corregida	α de Cronbach si se elimina el elemento
Me cuesta tranquilizar a un amigo que está nervioso/a		.457	.804
Me cuesta darme cuenta cuando alguien está nervioso/a		.418	.808
Soy incapaz de prestar atención a las emociones de los demás		.312	.817
Mis palabras ayudan a otras personas a calmarse cuando están nerviosas		.522	.797
Me cuesta darme cuenta cuando alguien está nervioso/a		.524	.797
Me resulta difícil darme cuenta cuando alguien está enojado/a		.319	.818
Me cuesta tratar de calmar a alguien cuando está enojado		.327	.815
Soy capaz de convencer a un amigo de que no hay razón para que se preocupe		.411	.808
Expresión Emocional	.825		
Soy capaz de expresar mis emociones adecuadamente		.306	.823
Puedo decirle a otro/a cómo me siento		.572	.801
Es fácil para mí transformar mis sentimientos y emociones en palabras		.642	.793
Soy capaz de expresar cómo me siento		.568	.801
Suelo guardarme mis sentimientos		.651	.794
A veces puedo transmitir a otros cuáles son mis emociones		.391	.778
Soy capaz de describir mis estados emocionales		.561	.803
A veces puedo expresar a otros cuáles son mis sentimientos		.517	.807
Siempre puedo decir cómo me siento		.509	.808
Me resulta difícil poner en palabras lo que siento		.569	.802
Cuando algo no me agrada lo de muestro fácilmente		.443	.801
Me resulta difícil ocultar como me siento		.301	.824